WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE
1935-6—N 4
WARSZAWA

WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE I-GO STOPNIA ORGANIZACYJNEGO

Zagadnienie wychowania fizycznego w szkole o 1 lub 2 nauczycielach nigdy nie stało na należytym poziomie; zawsze nastręczało wielkie trudności ze względu na mały wymiar czasu i na łączenie podczas ćwiczeń cielesnych 3 do 5 roczników nauczania i przytem razem chłopców i dziewczęta. Trzeba było niezmiernie wielkiego wysiłku, aby jakoś oddziałać na powierzoną sobie dziatwę, nauczyć trochę zabaw i gier, które warunkowałyby większą sprawność dziatwy, oraz przy pomocy prostszych ćwiczeń jako tako ukształtować postawy dzieci.

Nie możemy przecież nigdy tracić z oczu faktu, że nie chodzi tu o setki czy nawet tysiące, ale o setki tysięcy, jeżeli nie o miljony dziatwy wiejskiej, tej właśnie dziatwy, która od najwcześniejszych lat zaprzęgana jest do pracy fizycznej często ponad swe siły, albo przynajmniej do dozorowania młodszego rodzeństwa lub pasienia gęsi czy bydła. Prawda, że im dłuższe dzieciństwo, tem doskonalszy rozwój, nietylko nie ugruntowała się na wsi, ale wogóle jeszcze tam nie dotarła. Rządzi tam jedynie brutalne prawo walki o byt, zmuszające do wyzyskiwania do maksymalnych granic każdej siły roboczej. Nietylko dziatwę, ale tak samo zresztą niszczy nieuświadomiony rolnik źrebię, zaprzęgając je do pracy przed zakończeniem rozwoju.

Przecież w trosce o to utracone dzieciństwo program szkoły powszechnej tak pięknie ujmował sprawę prowadzenia zajęć w pierwszym roku nauczania. „Dziecko nie powinno odczuwać nagłego przejścia od swobodnej zabawy do poważnej pracy, ale bawiąc się, powinno się uczyć”. Jasnem jest, że idzie tu przedewszystkiem o dzieci wiejskie, a nie o miejskie, które może nie mają miejsca na zabawę, może brak im do niej chęci, ale nie są pędzone do roboty, której jakże często nawet

i starszym brak. Niestety, słuszna ta troska pozostała tylko troską, a nie znaleziono sposobu zaradzenia złu, bo nie można przecież było znaleźć w programie więcej czasu na zabawy, jak tylko pół godziny tygodniowo. Niechby zresztą te pół godziny pozostało. Tymczasem, ratując za wszelką cenę powszechność nauczania, trzeba było i ten stan posiadania ograniczyć do kwadransa tygodniowo, a wreszcie skreślić całkowicie. Właśnie te najmłodsze dzieci, w pierwszym roku nauczania i właśnie na najgłębszej wsi, w szkołach o jednym nauczycielu, zostały pozbawione nietylko zabaw w postaci ćwiczeń cielesnych, ale także śpiewu, rysunków, zajęć praktycznych. Będą się uczyły jedynie czytać, pisać i rachować. Niewątpliwie wielu wychowawców fizycznych zapadło w odrętwienie i musiało sobie powiedzieć: trudno, głową muru nie przebijemy.

Ale są napewno i tacy, którzy tak, jak dotychczas, wierząc „wbrew nadziei w nadzieję" — nie opuszczą rąk i będą usiłowali ratować, co się da. Trzeba oddać sprawiedliwość naszym władzom szkolnym, że nie skreślają one tych wszystkich, wymienionych wyżej zajęć dziatwy, ale sugerują nauczycielowi, aby starał się przynajmniej w miarę możności wplatać je do programu nauczania innych przedmiotów i ta sugestja stanowi jedyną dziś podstawę pracy dla wychowania fizycznego w tych, tak bardzo dzisiaj pokrzywdzonych szkołach.

Powiedzmy sobie znowu otwarcie, że jest to prawie nic, że „wplatanie" czegoś nowego i to tylko „w miarę możności" tam, gdzie i na naukę jest minimalny wymiar godzin, a gdzie od wyników nauki przedewszystkiem zależy kwalifikacja nauczyciela, — nie trafia na grunt podatny. Ale będą też i tacy, którzy w trosce o rozwój i zdrowie powierzonej sobie dziatwy będą usiłowali realizować wychowanie fizyczne bez względu na zupełny brak czasu, wyznaczonego w rozkładzie godzin; będą czynili pewne doświadczenia; będą szukali rady i pomocy u bardziej przygotowanych w tym dziale pracy kolegów; będą wreszcie szperali w fachowej literaturze, szukając jakichś wskazówek.

Zanim odezwą się na łamach naszego pisma ci koledzy, którzy dochodzą do pozytwnych rezultatów na swoich warsztatach pracy, chcę rzucić kilka spostrzeżeń, jakie nasunęły mi się w czasie zwiedzania szkół.

Najchętniej ulegamy sugestji, najwyraźniej występującej w programie, a mianowicie ilustrowania ruchami pewnych tematów z czytanek. Dzieci wykonywują rzeczywiście sporo ruchów, nieraz dość ładnych, ale słabych i niezmiernie rzadko budzących zapał i radość. Musimy bowiem stwierdzić, że i lekcje języka polskiego są prowadzone przy słabem zainteresowaniu, czemu się zresztą trudno dziwić. Takie „wplecione"

ruchy nietylko nie podnoszą zainteresowania, ale raczej przeciwnie, obniżają zainteresowanie akcją, o jakiej jest np. w czytance mowa. Czasami wprawdzie zdarza się widzieć ruchy tak dobrze dobrane, wykonane z takim zapałem, że i na przerwie międzylekcyjnej dzieci do nich wracają, jest to jednak zjawisko obserwowane rzadko.

Natomiast dobre rezultaty dają drobne zabawy, albo nawet krótkotrwałe gry, wplatane między poszczególne tematy. Jeżeli tematy łączą się w jakiś sposób z zabawami lub grami, to tem lepiej. Widziałem czytankę o poczcie zilustrowaną zabawą w pocztę. Zabawa ta zajęła wprawdzie siedem minut, ale dostarczyła tyle radości, że cel został całkowicie osiągnięty i to nietylko doraźnie, bo także i na przerwie dzieci bawiły się w pocztę. Nauczycielka wyjaśniła, że ma zamiar zabawę tę wyzyskać jeszcze kilkakrotnie, gdy będzie mówiła dzieciom o miastach i drogach między niemi, i wobec tego stracony tutaj czas opłacił jej się, a gdy do tego dodamy jeszcze i to, że dzieci wzbogaciły swój zasób zabaw o jedną napewno wartościową, to oczywiście musimy potwierdzić stanowisko nauczycielki. Mnie się wydaje, że wyuczanie poszczególnych zabaw tak, aby one się przyjęły i służyły jako materjał zabawowy na wolne od pracy i nauki chwile, jest najważniejszym celem wychowania fizycznego w szkołach tego najniższego typu.

Tyle na początek. Sądzę zaś, że ta paląca sprawa znajdzie odzew u tych wszystkich kolegów, którzy na miejscu, w swoich szkołach prowadząc pracę, zechcą się podzielić swemi cennemi spostrzeżeniami. Pracuje nas przecież w tych szkołach kilka tysięcy i niewątpliwie wszyscy mamy w tej sprawie coś do powiedzenia.

M. KRAWCZYK

ĆWICZENIA CIELESNE W LICEACH OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH

Zgodnie z ustawą o ustroju szkolnictwa z 11 marca 1932 r. szkoła średnia ogólnokształcąca składa się z czteroletniego gimnazjum i dwuletniego liceum. Liceum ma spełniać dwojakie zadanie: „...dać młodzieży podstawy pełnego rozwoju kulturalnego, przygotować ją do czynnego udziału w życiu zorganizowanego w ramach państwowych społeczeństwa oraz przygotować ją do studjów w szkołach wyższych" [1]).

---

1) W „Wytycznych" powyższe zadania nie są wyraźnie uszeregowane, na co zwrócił uwagę St. Drzewiecki w swem przemówieniu na posiedzeniu Państw. Rady Ośw. Publicznego (patrz „Gimnazjum" Nr. 3 z b. r., str. 89 i 90).

„Mimo podziału na wydziały jest liceum szkołą ogólnokształcącą, nie specjalizującą. Powinno zatem — podobnie jak szkoła powszechna i gimnazjum — wszechstronnie rozwijać osobowość wychowanka przez urabianie go w dziedzinie religijnej, moralnej, umysłowej i fizycznej, pamiętając o tem, że naczelnym celem szkoły ogólnokształcącej jest wychowanie i kształcenie młodzieży na świadomych swych obowiązków i twórczych obywateli Rzeczypospolitej Polskiej".

Ażeby powyższe założenia zrealizować, liceum dzieli się na wydziały: humanistyczny, klasyczny i matematyczno-przyrodniczy, a w każdym wydziale „Wytyczne" rozróżniają cztery grupy przedmiotów: 1) przedmioty podstawy dydaktycznej, które charakteryzują dany kierunek wykształcenia ogólnego, 2) przedmioty uzupełniające — reprezentujące kierunek wykształcenia przeciwny w stosunku do podstawy dydaktycznej, 3) przedmioty wspólne — o jednakowym programie we wszystkich wydziałach, 4) przedmioty nadobowiązkowe.

Metoda nauczania powinna kłaść nacisk na samodzielność ucznia, przyczem pomiędzy gimnazjum a liceum nie może być zasadniczego przeskoku, ale winna wystąpić stopniowa ewolucja.

Ćwiczenia cielesne znajdują się w grupie przedmiotów wspólnych, a wymiar godzin jest identyczny z wymiarem w gimnazjum i wynosi: ćwiczenia gimnastyczne 2 godz. tygodniowo na klasę; gry i sporty 2 godz. tygodniowo na zespół, nieprzekraczający 90 uczniów (uczennic); 10 minut gimnastyki codziennej.

Celem nauczania jest wyrabianie mocnych charakterów, fizycznego i moralnego hartu oraz naturalnej odporności na przeciwieństwa i ujemne przejawy życiowe. W myśl wskazań „Wytycznych" należy uwzględnić w szczególności: „1) Utrzymywanie i doskonalenie zdobytego w gimnazjum usprawnienia ruchowego, wzmacnianie sił, zdrowia i organizmu — głównie przez systematyczne uprawianie gimnastyki. 2) Zdobycie kultury sportowej i trwałego zamiłowania do ruchu — głównie przez prawidłowe uprawianie sportów".

Materjał ćwiczebny składa się z gimnastyki, gier drużynowych i sportów łącznie z wycieczkami. Ze względu na przewidywane obowiązkowe P. W. w wymiarze 2 godzin tygodniowo nie uwzględniono w materjale ćwiczeń cielesnych strzelania i ćwiczeń polowych. „Wytyczne" różnicują wyraźnie materjał pod względem płci. Dla młodzieży męskiej w grach drużynowych umieszczona jest piłka nożna w formie zaprawy do gry: wyrobienie techniki prowadzenia piłki, zatrzymywania, podawania i strzelania do bramki, a w grupach młodzieży silniejszej obu klas, po opanowaniu powyższych ćwiczeń, gry 2 razy po 15 minut na

boisku o wymiarach 50 m × 80 m. Ze sportów uwzględniono (dla obu płci): lekkoatletykę, pływanie, wioślarstwo, kolarstwo, łyżwiarstwo, narciarstwo, saneczkarstwo i wycieczki (piesze, kajakowe, narciarskie i t. p.). Ze szczegółowego rozwinięcia poszczególnych dziedzin sportu spostrzec łatwo, że wszędzie podkreślone są ich turystyczne walory. W uwagach o metodzie i organizacji pracy zaznaczono konieczność indywidualizowania wysiłku (grupy słabszych i silniejszych), rolę gimnastyki jako zaprawy do sportów, ujęcie form sportowych pod kątem pracy codziennej, a nie zawodnictwa oraz zwrócono uwagę na odpowiednie ukształtowanie gimnastyki dla dziewcząt.

Zrozumiałą jest rzeczą, że w liceum główny nacisk w ćwiczeniach cielesnych położony będzie na sporty. W „Wytycznych" powiedziane jest to dość niewyraźnie: „W okresie tym bardzo znacznie osłabia się zainteresowanie młodzieży gimnastyką szkolną, a więc należy w programie położyć przedewszystkiem nacisk na te ćwiczenia, które, rozwijając młodzież fizycznie, są równocześnie ruchami przygotowawczemi do sportów". Wysuwa się tu zagadnienie w praktyce wychowawcy fizycznego zasadnicze: sala gimnastyczna czy boisko, pływalnia, lodowisko i t. p. Sporty bowiem uprawiać można tylko na odpowiednich terenach, „ruchy przygotowawcze" — na sali i w terenie. W granicach „godzin lekcyjnych" przeważnie trudno jest korzystać z terenów sportowych, gdyż nieznaczna tylko ilość szkół średnich tereny takie posiada przy własnych lokalach. Na gry i sporty zaś przepis dopuszcza grupy do 90 uczniów (uczennic). Rozumiejąc dzisiejsze położenie gospodarcze kraju, rozumiemy też, że grupy te zawsze będą tak liczne, jak je określa górna granica przepisu, a w takiej grupie wyniki pracy będą niewspółmiernie małe w stosunku do wysiłków wychowawcy fizycznego i niewspółmierne do wymagań programu. Niemożność uprawiania sportów w „godzinach lekcyjnych" i niedostateczny wymiar czasu na gry i sporty stawia usportowienie szkoły średniej pod znakiem zapytania. Dla szkół, które nie posiadają własnych, dostatecznie urządzonych i blisko położonych terenów sportowych, należałoby wprowadzić taką organizację dnia lekcyjnego, ażeby godziny ćwiczeń gimnastycznych nie znajdowały się w ramach przeciętnego rozkładu lekcyj, ale mogły być komasowane z godzinami gier i sportów w celu korzystniejszego wyzyskania czasu i podziału na grupy silniejszych i słabszych. Wtedy wychowawca fizyczny zdoła przy normalnym nakładzie pracy zrealizować program.

Poważnym brakiem „Wytycznych" jest niemożność skorelowania programu ćwiczeń cielesnych z programem P. W., ponieważ programu

P. W. niema. Jest coprawda mowa o tem, że strzelanie i ćwiczenia polowe są w programie P. W., ale pocóż w takim razie w gimnastyce ma się „uwzględnić znacznie więcej niż w gimnazjum elementów musztry formalnej". Dotychczasowy program P. W. elementów tych zawierał dość dużo; czy nowy zechce przerzucić je na ćwiczenia cielesne? Nic niewiadomo. Brak programu P. W., poza korelacjami w treści materjału ćwiczebnego, ma nawet głębszy wpływ. Zdajemy sobie bowiem sprawę, że cele wychowawcze kształtują się pod wpływem warunków geopolitycznych, na które są niejako odpowiedzią. Jednym z najwymowniejszych wyrazów tej odpowiedzi często bywa takie, a nie inne przysposobienie do obrony kraju. Z tego punktu patrzenia w „Wytycznych" liceum, w którem wychowywać się ma bądź co bądź elita młodzieży, brak programu P. W. stanowi poważną lukę [2]).

Ze względu na rolę liceum ogólnokształcącego („pogłębienie jakościowe materjału", „samodzielna praca ucznia", „danie podstaw do tworzenia własnego poglądu na świat") wysuwa się zagadnienie **omawiania z młodzieżą zasadniczych tematów z dziedziny wychowania fizycznego.** Młodzież wychowaniem fizycznem interesuje się, ale niema odpowiednich źródeł, ażeby czerpać podstawowe o niem wiadomości. Dotychczasowa, dość obfita już, literatura polska tego przedmiotu jest przeznaczona dla wychowawców, a nie wychowanków. Kilka książek popularnych, pisanych dla szerokich rzesz czytelników, nie zadowoli uczniów liceów swoim poziomem i brakiem naukowego uzasadnienia. Pozostaje im wyłącznie literatura sportowa techniczna, która nie porusza zagadnień teorjo-poznawczych w. f. Z tych względów warto byłoby zastanowić się nad wyborem tematów oraz metodą pracy w dziale opracowywanie zasadniczych zagadnień w. f.

Z powyższem łączy się sprawa **higjeny sportowej**, która, zdaniem niżej podpisanego, winna być pomieszczona w ramach owych „teoretycznych" prac z zakresu w. f. z wielu względów. Po pierwsze, „teoretyczne" lekcje higjeny sportowej wiązałyby się w naturalny sposób z praktycznem wcielaniem tych postulatów w życie na ćwiczeniach cielesnych pod okiem tego samego nauczyciela; powtóre, nauczyciele przyrody niedostatecznie są do tych prac przygotowani z zakresu anatomji, fizjologji, mechaniki ruchu i higjeny. Należy w tem miejscu zaznaczyć, że pomieszczenie w liceum zagadnień higjenicznych w programie biologji ma swe uzasadnienia w programie gimnazjum. Tam bowiem, w kl. IV,

---

2) Program P. W. jest obecnie opracowywany w P. U. W. F. i P. W.; mają w nim zajść poważne zmiany w stosunku do programu poprzedniego.

jest nauka o człowieku i już w kl. IV omawia się między innemi: higjenę narządów ruchu, dobrą i złą postawę, znaczenie ćwiczeń cielesnych i sportów, normy i higjenę odżywiania się, wpływ na funkcję narządów krążenia nadmiernych wysiłków fizycznych, higjenę narządów oddychania, znaczenie ćwiczeń oddechowych (!), hartowanie i t. p. Na całorocznym więc kursie nauki o człowieku, z której kilka tematów, z zakresu higjeny sportu, przytoczono, opiera się w liceum „...pogłębienie zasad higjeny indywidualnej ze szczególnem uwzględnieniem higjeny pracy umysłowej, odpoczynku i sportów". Przeprowadzone rozmowy z nauczycielami przyrody na temat przedstawienia niektórych zagadnień z higjeny sportu wzbudziły w wychowawcach fizycznych słuszne obawy, że jest to dziedzina wiedzy niedostatecznie opanowana przez przyrodników. Do tych zagadnień należą: dobra i zła postawa, znaczenie ćwiczeń cielesnych i sportów, znaczenie ćwiczeń oddechowych (!), a nawet hartowanie. Nie można winić przyrodników za te braki, gdyż dotychczasowy i obecny program kształcenia się uniwersyteckiego w dziedzinie biologji nie zawiera ani niektórych dyscyplin pomocniczych, ani właściwych wykładów higjeny. Przyrodnicy tym programem klasy IV gimnazjum i liceum postawieni są w trudnem położeniu, tembardziej, że i w programie gimnazjum jest temat, który może wprowadzić w błąd t. j. „znaczenie ćwiczeń oddechowych". Sprawa higjeny sportowej, tak niezmiernie ważna ze względu na masowe uprawianie przez młodzież sportu, nie jest rozwiązana pomyślnie. Oczywiście, że przyrodnicy mogą przygotować się do programu, wymagać to jednak będzie dużego nakładu czasu i energji. Może sprawę tę rozwiąże odpowiedni podręcznik, ale wtedy należy napisać obszerniejszy podręcznik dla nauczyciela „żeby mógł wysłuchiwać uczniów, obkutych z mniejszego podręcznika" [3]).

A tymczasem wychowawcy fizyczni, którzy mają ukończone studja W. F., C. I. W. F., P. I. W. F. mogą całkowicie spełnić to zadanie bez nadmiernego wysiłku, a z wielkim pożytkiem dla sprawy. Dla poparcia wywodów przytoczę, że nawet lekarze szkolni, którzy nie przeszli specjalnych kursów lub w praktyce nie zetknęli się dłużej ze sportowcami, nie są dostatecznie przygotowani z zakresu higjeny sportu, czego najlepszym przykładem właśnie było organizowanie przez władze szkolne wielu kursów dla lekarzy, które miały charakter zaledwie ogólno-informacyjny. Na materjale przygotowanym przez przy-

---

3) Podobnie ma się kwestja z nauką o języku w liceum (patrz „Gimnazjum" Nr. 3 z b. r., str. 98).

rodnika w nauce o człowieku wychowawca fizyczny mógłby wybrane zagadnienia z higjeny sportu przerobić już w kl. I liceum [4]).

Wytyczne odnośnie ćwiczeń cielesnych są potraktowane dość ogólnie i dają autorowi programu duże pole do inwencji, ale miejscami wymagają szczegółowszych wyjaśnień. Dla przykładu wezmę następujący ustęp (młodzież żeńska): „W ćwiczeniach kształtujących i koordynacyjnych należy doskonalić precyzję ruchu przez wprowadzenie akompanjamentu muzycznego; wogóle kształcić poczucie rytmu i estetykę ruchu przez elementy taneczne".

Jeśli zestawimy fakt, że w programie gimnazjum w kl. III są: „Tańce: krakowiak i kroki mazurowe" (str. 129) i w kl. IV: „Tańce: Mazur" (st. 169), to w liceum należałoby się spodziewać mowy o **tańcach ludowych jako całościach**, a nie elementach. Nawiasowo dodam, że pożądanem byłoby wskazanie tańców ludowych i dla młodzieży męskiej, gdyż walory ich koordynacyjne i estetyczne są pierwszorzędne; zyskałaby na tem propaganda tańca rodzimego wzamian importowanych walorów, wyrwanych z całkiem odmiennej i dużo niższej kultury. Absolwenci (tki) szkół średnich, którzy (re) doskonale znają i posiadają kilka t. zw. tańców salonowych, powinni nie mniej dobrze znać i posiadać przynajmniej tyleż tańców ludowych polskich. A więc: polkę, oberka, trojaka, kujawiaka, krakowiaka i taniec własnego regjonu, jeśli wwyż przykładowo wymienionych nie znalazł się. Tego wymaga ideowa oś całego programu: **„Polska i jej kultura"**.

Reasumując całokształt wrażenia, jakie pozostawia studjum „Wytycznych dla autorów programów liceów ogólnokształcących" należy stwierdzić, że stanowią one ideową i konstrukcyjną, organicznie związaną z programem gimnazjum całość, dającą dobre fundamenty prawne i instrukcyjne do celowej pracy nad wychowaniem fizycznem młodzieży.

Tak jak zasadniczym materjałem ćwiczebnym w szkole powszechnej są zabawy i gry, w gimnazjum — gimnastyka, to w liceum punkt ciężkości przeniesiony jest słusznie na sporty.

Patrząc na program wychowania fizycznego od dołu do góry, od pierwszej klasy szkoły powszechnej do drugiej klasy liceum widzimy

---

[4]) Biologja w liceum jest w wydziale humanistycznym w kl. II w wymiarze 3 g. tyg., w wydziale klasycznym w kl. II w wymiarze 2 g. tyg. i w wydziale matematyczno-przyrodniczym w kl. I — 3g., w kl. II — 2 g. tyg.

wyraźny ideał przewodni, środki dostosowane do wieku i płci oraz cel, który ma być osiągnięty.
Zarówno w porównaniu z innemi przedmiotami kształcenia, jak i z programami wychowania fizycznego innych narodów, program polski wychowania fizycznego stanowi dzieło wysokiej wartości.

TADEUSZ ZYGLER

TANIEC LUDOWY W SZKOLE

Czytelnikowi odrazu nasunie się pytanie: czy chodzi tu o rzecz nową, czy o tańce zwane narodowemi? Albowiem zagadnienie włączenia do ćwiczeń cielesnych tańców narodowych jest znane w naszej literaturze, a zasługa w tym względzie przypada przedewszystkiem prof. E. Piaseckiemu i wiz. W. Sikorskiemu [1]). Wyjaśniam więc, że chodzi o to samo, używam jednak nazwy tańce ludowe, gdyż uważam, że jest to nazwa właściwa na oznaczenie takich tańców, jak: oberek, kujawiak, krakowiak, trojak, zbójnicki i t. p. Zresztą wiz. W. Sikorski, w ostatnim swoim podręczniku [2]), umieszcza rozdział p. t. „Pląsy i taniec ludowy" w opracowaniu p. Zofji Nożyńskiej.
Spór na temat oznaczenia materjału ruchowego, o którym mówimy, czy to nazwą „tańce ludowe" czy „tańce narodowe" możnaby przenieść na teren socjologji, a wtedy znaleźlibyśmy szereg argumentów za nazwą użytą w tytule. Nie o to nam jednak chodzi w tej chwili. Chcemy przypomnieć wychowawcom fizycznym o tym niewyzyskiwanym środku ćwiczeń cielesnych, który kryje w sobie dużo walorów wychowawczych i przyjrzeć mu się z punktu widzenia szkoły.

W programie nauki w szkołach powszechnych trzeciego stopnia w kl. V, VI, VII (program wspólny) mówi się „...a także zabawy taneczne (tańce pajaców, ułani, krakowiak i t. p.)". W programie gimnazjum w kl. III umieszczono: „Tańce. Krakowiak i kroki mazurowe", a w kl. IV: „Tańce. Mazur". W „Wytycznych" dla liceów żeńskich przewidziane są „elementy taneczne". Jakkolwiek program nauki nie omawia szczegółowiej danego zagadnienia, daje jednak dostateczną podstawę prawną do operowania w celach wychowawczych tak cennym środkiem jakim są tańce ludowe.

---

1) Pierwszą propagandę za wprowadzeniem tańców ludowych do ćwiczeń cielesnych przedsięwziął prof. fizjologji Uniwersytetu w Upsali F. Holmgren w latach 70-tych XIX w.
2) W. Sikorski. Wychowanie fizyczne w szkole powszechnej. Poznań 1934.

Wartości wychowawcze tańców ludowych doskonale ujmuje prof. E. Piasecki w „Zarysie teorji wychowania fizycznego". Pozwolę sobie streścić w kilku zdaniach poglądy prof. Piaseckiego.

Zasadniczą podstawą ruchów tanecznych są: chód, bieg i skok [3]). „Elementy te kojarzą się ze sobą w kombinacjach nie zdążających do celów lokomocyjnych, lecz do wyrażenia uczuć (z reguły radosnych) oraz do zlania się w jedną całość z rytmem muzyki" [4]). W wielu tańcach są zatrudnione w pełni kończyny górne. Tańce zaliczymy więc do działu ćwiczeń czynności wegetatywnych. „Nadto jednak są tańce wybitnemi ćwiczeniami zręczności". „Tańce jako element cywilizacji narodowej są szczytem tego, co nasz dział wychowania może dać ze skarbca tradycji rodzimej. Gdy bowiem w innych grupach ćwiczebnych operujemy samym ruchem tylko, tu on zespala się w jednolitą całość z muzyką i dają wspólnie jeden z najlepszych wyrazów duszy narodowej. Wreszcie prof. Piasecki stwierdza, że „...mamy tu pole rokujące wielkie plony, brak tylko, jak dotąd, rąk do jego uprawy".

Bodźcem do tańca jest instynkt manipulacyjny przy wybitnym współudziale instynktu płciowego, towarzyskiego, bojowego, z domieszką w różnych rodzajach tańców i innych instynktów. Formy taneczne są sublimowaniem tych instynktów. Jest to proces naturalnego wychowywania. Wyzyskanie owego momentu sublimacji w wychowaniu stanowi celowy środek do kształcenia instynktów na usługach wyższych form struktur psychicznych.

Operując tak bogatym materjałem, jakim są tańce ludowe, należałoby go w jakiś sposób uporządkować — usystematyzować. Niestety, przy dzisiejszym stanie wiedzy nie da się to przeprowadzić w taki sposób, ażeby mogło nas zadowolić z punktu widzenia ruchowego. Mówiąc o polskich tańcach ludowych należy zaznaczyć, że są one bardzo różnego pochodzenia. Poza twórczością rodzimą spotykamy szereg wpływów z innych ośrodków kulturalnych i to z różnych epok historycznych. Poszczególne zaś warstwy społeczne wywierały wybitny na siebie wpływ. Zasadniczym elementem tańca jest rytm. Nic też dziwnego, że tak ważny składnik formotwórczy, wspólny dla tańca i muzyki, z którą ta-

---

3) Należy tu dodać, że do elementów plastyki tanecznej należy także wywijanie lub podrzucanie przedmiotami (siekierkami, kijami i t. d.), charakterystyczne w zawadjackich tańcach pasterzy górskich w Polsce — zarówno jak i u wielu innych narodów.

4) Na Polesiu spotykamy tańce obrzędowe — pogrzebowe, które nie wyrażają uczuć radosnych: pląsy za trumną dziewczyny, tańce czuwających przy trumnie w nocy gospodarzy.

niec jest nierozdzielny, stał się podstawą podziału tańców polskich na dwie grupy, zależnie od podziału rytmicznego, to jest od taktu, na tańce w rytmie parzystym i nieparzystym. Skutkiem takiego podziału w grupie tańców o rytmie parzystym znajdą się: krakowiak (który bywa nazywany w różnych regjonach: goniony, przebiegany, dreptany, mijany, szopieniak, wiśliczak, skalmierzak i t. p.), a w grupie tańców o rytmie nieparzystym: mazur i (jak podają muzykolodzy) trzy różne jego postacie: właściwy mazurek, kujawiak i oberek (zwany także: obertas, wykrętacz, zwijacz, wyrwas i t. p.).

Powyższy podział nie zadowoli nas zupełnie, ponieważ tańce, znajdujące się w jednej grupie, nie mają niekiedy żadnych wspólnych cech ruchowych.

Podział etnografów częściowo chociaż może nas zadowolić, ponieważ ujmuje zasadniczy charakter tańca: jego treść programową. Uczeni ci rozróżniają: 1) tańce obrzędowe (rytualne) i 2) tańce zabawowe, połączone z grami.

Tańce obrzędowe dzielą się skolei na: a) tańce, mające znaczenie prawno-socjalne, które występują głównie w obrzędach rodzinnych, jak w weselu, tańce zamężnych kobiet w środę popielcową, tańce na dożynki, „na tłokę" i t. p., oraz b) tańce magiczne, spełniające funkcję zabiegów, dążących do zapewnienia sobie urodzaju, pomyślnych zbiorów, ochronę dobytku przed złem i t. p. Tańce zabawowe są w tymże celu wykonywane w dni wolne od zajęć i są bardzo często połączone z grami ruchowemi (np. „bawimy się w konopki" i t. p.).

Powyższy podział naświetla wyraźnie charakter programowy tańców i może oddać duże usługi z punktu widzenia ruchowego, ale nie zadowoli nas całkowicie. Niemożność dokonania podziału ruchowego wynika przedewszystkiem z braku dokładnych, pełnych i jednoznacznych opisów całego materjału. Prace nad powyższem są jednak już prowadzone.

Mimo braku systematyki polskich tańców ludowych z punktu widzenia ruchowego, nauczyciel, przystępujący do ich nauczania musi uporządkować sobie materjał, którym chce operować; rozróżni formy prostsze od bardziej złożonych, łatwiejsze od trudniejszych i postępować będzie zgodnie z postulatami nauczania ruchowego. Z braku dostatecznie dokładnych opisów tańców ludowych niemożliwością jest podanie szczegółowych wskazówek.

Mówiąc o nauczaniu tańców ludowych w szkole przesądziliśmy zgóry, że nauczanie to odbywać się będzie pod kierunkiem wychowawcy fizycznego, chociaż były głosy, ażeby powierzyć to nauczycielowi muzyki

i śpiewu lub baletmistrzowi. Ponieważ jednak istotną treścią tańca są przedstawienia ruchowe, ponieważ o wiele częściej spotykamy umuzykalnionego wychowawcę fizycznego niż uruchowionego nauczyciela muzyki, ponieważ brak baletmistrzów, odpowiednio przygotowanych do pracy w szkole, a wreszcie, ponieważ pierwszymi, którzy wprowadzili nauczanie tańców ludowych w naszych szkołach byli wychowawcy fizyczni, im ten tytuł do omawianej dziedziny kształcenia należy się.

Celem nauczania tańców ludowych jest, jak już zaznaczyliśmy, nietylko wykorzystanie tego cennego materjału ruchowego, ale i ochronienie przed zatraceniem bogatej tradycji rodzimej. Z tych względów bezsprzecznem jest, że jako materjał nauczania mogą służyć jedynie autentyczne wzory, czerpane z życia naszego ludu. „Bezpośrednim naszym nauczycielem tańca ludowego jest lud tańczący na swoich zabawach, dożynkach, weselach" [5]). Nie zgodziłbym się z p. Kwaśnicową, ażeby „...prawdziwy wzór oryginalny tańca ludowego..." mógł być na terenie szkoły „podstawą dalszej tematycznej pracy nad rozwojem i udoskonaleniem jego formy tanecznej" [6]).

Wychodząc z założenia autentyku i prawdy życiowej w tańcu musimy też sprzeciwić się powierzaniu funkcyj tanecznych danej płci, płci drugiej. Jest to zarówno niepożądane ze względów psychologicznych. W szkołach niekoedukacyjnych musimy dążyć do współdziałania szkoły męskiej z żeńską. Jeżeli młodzież płci odmiennej spotyka się często na wieczorkach towarzyskich i tam oddaje się z zapałem t. zw. „tańcom salonowym", tem bardziej wskazanem jest, aby poznała tańce ludowe i zastosowała je w tańcu towarzyskim.

Należy też odrzucić myśl stosowania tańców ludowych niepolskich, chociaż są wśród nich formy niezwykle ciekawe pod względem różnorodności ruchu i ekspresji, (np. gimnastyczne tańce skandynawskie, humorystyczne skandynawskie, szwajcarskie i t. p.). Wyjątkiem może być tylko konieczność wplecenia tańca obcego do widowiska, lecz wtedy autentyczność i prawda muszą być narówni respektowane jak i w tańcach polskich.

Czy naukę tańca wpleść w poszczególne punkty osnowy lekcyjnej jako elementy, czy można poświęcić temu całą godzinę lekcyjną? — oto pytanie, które się niejednokrotnie nasuwało wychowawcom fizycznym.

---

[5]) Kwaśnicowa Zofja: „Ogólne wytyczne przy opracowywaniu i nauczaniu polskich tańców ludowych". „Wychowanie Fizyczne" r. 1933, z. 1 — 2, str. 24.

[6]) l. c.

Ponieważ pracę rozpoczynać będziemy od elementów i „pląsów" ludowych (jedynie autentycznych), należy je, jako fragmenty osnowy lekcyjnej umieścić we właściwych miejscach w ćwiczeniach głównych. Gdy dochodzimy jednak do montowania elementów w całości, trzeba poświęcić na to znaczną część lekcji, a wreszcie i całą lekcję. Nauczanie tańców ludowych nie może przybierać charakteru kucia poszczególnych figur, aż do znudzenia młodzieży, ale powinno być stopniowane zgodnie z postulatami ćwiczeń ruchowych.

Nie będzie przesady w powiedzeniu, że wprowadzenie tańców ludowych do szkoły jest nakazem obecnego kierunku wychowawczego, którego oś ideową stanowi hasło „Polska i jej kultura". W porównaniu z innemi krajami Europy jesteśmy pod tym względem daleko wtyle. Kraje skandynawskie, od kilkudziesięciu lat kultywujące taniec ludowy, doprowadziły do tego, że bez specjalnych przygotowań, na obozach mogą występować wspólnie w zgodnych pląsach tysiące dziatwy, a tembardziej tysiące skandynawów, którzy przeszli przez szkołę. Przykłady tego mieliśmy na obozie w Revingehed. To samo w Niemczech. Na Międzynarodowym Festivalu Tańców Ludowych w Londynie można się było przekonać, z jakim pietyzmem odnoszą się do tych skarbów tradycji ludowej narody o wysokiej kulturze, ile istnieje związków i stowarzyszeń zajmujących się tańcem ludowym i jak są one liczne. W Anglji, której tańce ludowe prawie zaginęły, usilnie wskrzesza tradycję ludową wielkie i potężne The English Folk Dance and Song Society. I równocześnie na tymże samym Festivalu w Londynie przekonano się, że z pośród 18 narodów Europy, Polska posiada bodajże najpiękniejsze i najbogatsze formy tańca ludowego. Wybitni angielscy znawcy przedmiotu zazdrościli nam tych skarbów, a równocześnie żałowali, że naród angielski zatracił swój dawny taniec, pieśń i strój ludowy i że niewiele już da się uratować od całkowitego zapomnienia. Nie można pozwolić na to, ażeby coś podobnego spotkało polskie tańce ludowe, jedne z najpiękniejszych tańców Europy. Ale ochronić można je nietylko przez badania i naukowe notowania, lecz przedewszystkiem przez ich uprawianie w formach autentycznych.

Niniejszy artykuł ma właśnie za zadanie zainteresować i zachęcić szerokie rzesze wychowawczyń i wychowawców fizycznych do nauczania polskich tańców ludowych, a nie rości sobie pretensyj do szerszego ujęcia zagadnienia, co byłoby niemożliwością w ramach nawet obszernego artykułu. Niejednokrotnie wrócimy do tych spraw w formie prac, omawiających poszczególne kwestje, oraz będziemy się starali publikować opisy oryginalnych polskich tańców ludowych w takiej formie, którąby

pozwalała odtworzyć je zgodnie z rzeczywistością. Czytelnikom, interesującym się tańcami ludowemi, możemy polecić następującą bibljografję, na której opierał się i niżej podpisany.

BIBLJOGRAFJA.

E. Piasecki. Zarys teorji wychowania fizycznego. Wyd. II. Lwów 1935.

C. Baudouin de Courtenay-Jędrzejewiczowa. O tańcach ludowych w Polsce. Referat wygłoszony na Międzynarodowym Kongresie Tańców Ludowych w Londynie, w lipcu 1935 r. „Teatr Ludowy". Miesięcznik. Nr. 8 z r. 1935.

W. Sikorski. Gimnastyka Cz. II.

W. Sikorski. Wychowanie fizyczne w szkole powszechnej. Poznań 1934.

O. Kolberg. Lud. Serja II — XXIII.

J. Gluziński. Taniec i zwyczaj taneczny.

Z. Kwaśnicowa. Ogólne wytyczne przy opracowywaniu i nauczaniu polskich tańców ludowych. „Wychowanie Fizyczne" r. 1933, zesz. 1 — 2.

Fr. Gawełek. Bibljografja ludoznawstwa polskiego. Kraków 1914.

TADEUSZ ZYGLER

Z PRAKTYKI SZKOLNEJ

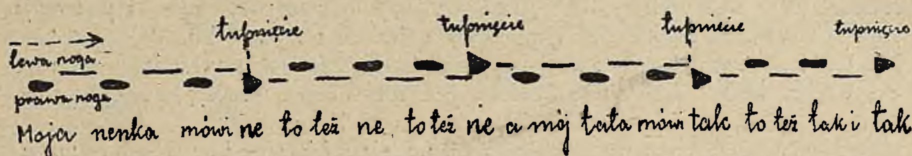
I POLKA KASZUBKA.

Mo- ja nenka mówi ne to-też ne to-też ne

a-moj tata mówi tak to-też tak-i tak

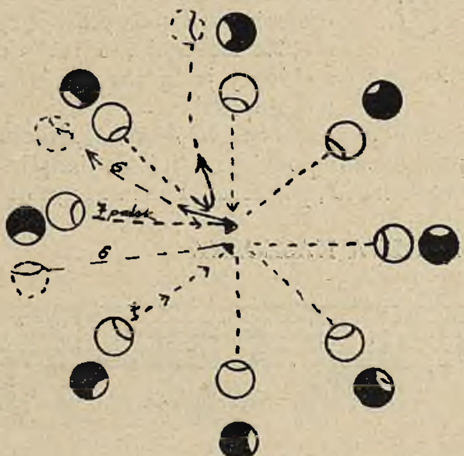
Taniec niniejszy należy do wygasłych. W obecnej dobie na Kaszubach go nie tańczą. Folklor tamtejszy ponosi przez to dużą stratę, bo taniec ten jest ładny, ma dużo wdzięku i prostoty, jest żartobliwy, filuterny, w charakterze przypomina wesołe niemieckie tańce ludowe i nie trzeba, ażeby zaginął zupełnie. Zrekonstruowałam go na podstawie opisu zasłyszanego od starych Kaszubów. W tańcu tym bierze udział dowolna ilość par. Pary trzymają się za ręce skrzyżowane przed sobą. Posuwają się naprzód po linji koła krokiem dosuwanym. To znaczy, że jedną nogę stale wysuwają naprzód, a drugą do niej dosuwają. Po trzech takich dosunięciach ($1^1/_2$ taktu) tupią na słowo: „ne" prawemi nogami. Ze słowem: „to" (3 takt) wysuwają lewe nogi naprzód i posuwają się dalej trzema posunięciami. Na ostatnie słowo „ne" (w takcie 4-ym) tupią lewemi nogami. Galop ten ze zmianą nóg powtarzają trzy razy, za czwartym

razem (w takcie 7-ym i 8-ym) robią już tylko dwa dosunięcia, poczem z tupnięciem zatrzymują się (rys. 1).



Rys. 1.

Melodja powtarza się od początku. Dziewczęta krzyżują ręce w ten sposób, że opierają dłonie na swoich łokciach wysuniętych ku przodowi (układ rąk jest charakterystyczny dla tego tańca) i siedmioma podskokami wbiegają do środka koła (rys. 2). Spotkają się na środku tupią na słowo „ne" (w takcie 4-ym) odwrócą się do siebie tyłem i 6-ioma podskokami wracają do chłopców. Ze słowem „tak" (w takcie 8-ym) tupią i stają naprzeciwko chłopców, na linji wspólnego koła. W ten sposób wszyscy są zwróceni bokiem do środka koła. Chłopcy w czasie ucieczki dziewcząt stoją cały czas zwróceni do środka koła bokiem i klaszczą w następujący sposób: Ze słowem „moja" klaszczą w ręce, na słowo „nenka" uderzają się w podniesione kolano, prawemi rękoma, na słowo „mówi" klaszczą w ręce, na słowo „ne" uderzają się lewemi rękami w lewe podniesione kolano. Potem znów klaszczą w ręce, powtarzając klaskanie 4 razy, aż do czasu, kiedy dziewczęta staną przed nimi (rys. 2).



Rys. 2.

Melodja powtarza się od początku.

Chłopcy i dziewczęta, stojąc naprzeciwko siebie parami na linji jednego koła, klaszczą w swoje ręce. Ze słowem „nenka" uderzają się nawzajem prawemi dłońmi (krzyżując ręce) potem znów klaszczą każdy w swoje ręce, i na słowo „ne" uderzają się lewemi dłońmi. Tak powtarzają 4 razy przez całą melodję. „M o j a (prawe ręce) nenka m ó w i (lewe ręce) ne, t o też (pr.) ne to też (l) ne, a mój (pr.) tata m ó w i (l) tak, t o też (pr.) tak i t a k". Podkreślone wyrazy oznaczają klaskanie każdego w swoje dłonie. Melodja powtarza się od początku, i dziewczęta znowu siedmioma podskokami wbiegają do środka, potem sześcioma podskokami wracają, ale już nie do swoich chłopców, a do następnych. Chłopcy w czasie ucieczki dziewcząt, klaszczą jak poprzednio w swoje ręce i kolana prawemi lub lewemi dłońmi.

Figurę tę powtarzają dowolną ilość razy, ale określoną albo umowną, albo po dojściu dziewcząt do swoich chłopców, lub też jeśli par jest zbyt wiele i figura się zbytnio przeciąga przerywają na dane hasło. Jeśli padnie hasło „poleczka" wtedy pary chwytają się za ręce, krzyżując je przed sobą, i posuwają się naprzód krokiem dosuwanym, który opisałam na początku.

Na hasło „grożony" pary zatrzymują się. Dziewczęta jak poprzednio wchodzą do środka koła 7-ioma podskokami poczem 6-ioma wracają do chłopców. Chłopcy, jak wyżej zaznaczyłam, klaszczą w ręce i kolana.

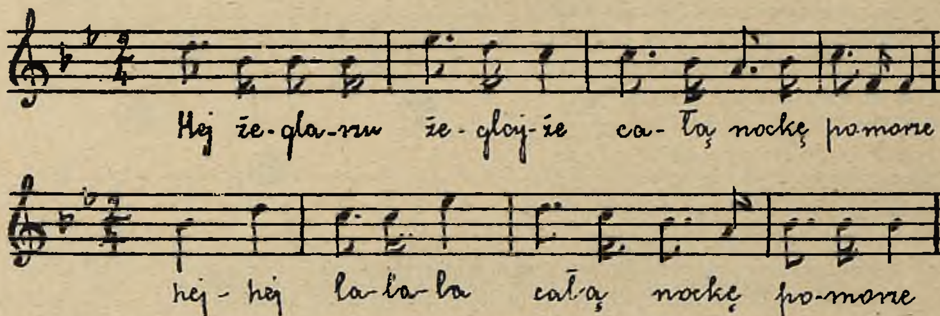
Kiedy dziewczęta staną przed chłopcami, podają sobie ręce i ze słowem „m o j a" stawiają prawe nogi. Na słowo „nenka" podskakują na prawych nogach, wyrzucając lewe do góry i kierując je w prawą stronę. Ze słowem „mówi" stawiają lewe podniesione nogi, na „ne" podskakują na nich, unosząc prawe nogi i kierując je w lewą stronę. Tak powtarzają 4 razy (rys. 3).


Rys. 3.

Ze słowami „a mój tata mówi tak" dziewczęta trzymając lewemi dłońmi łokcie prawych rąk rytmicznie grożą 4 razy prawemi rękami. Ze słowami „to też tak i tak" dziewczęta opuszczają ręce, a chłopcy jakby skruszeni srogiemi wymówkami, kiwają trzykrotnie głowami.

Potem dziewczęta znowu 7-ioma podskokami wlatują do środka, tupią i 6-ioma podskokami podbiegają już do innych chłopców i powtarzają to póty, aż padnie hasło „poleczka". Potem zaczynają od początku.

II POLKA KASZUBKA

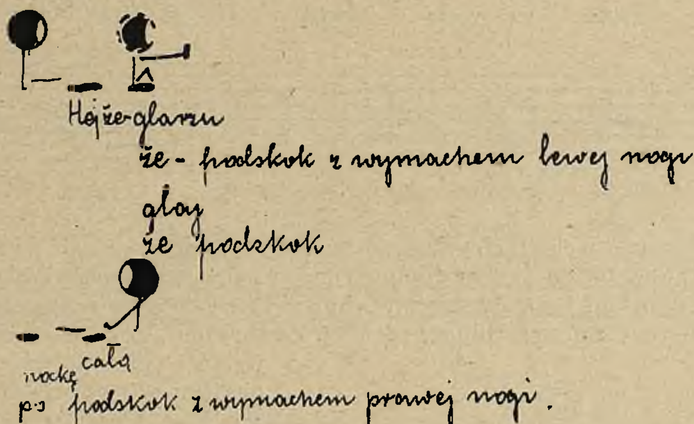


Druga Polka Kaszubka jest tańcem wesołym, pełnym szczerej radości życia, wyrażającej się w pełnych wdzięku podskokach. Dużo swawolnej, nawet groteskowej wesołości wnosi do tańca rozhukane wyrzucanie nóg.

Dzieci trzymają się parami swobodnie za wyciągnięte ręce. Pary porozrzucane dowolnie po sali.

W pierwszym takcie ze słowami „hej żeglarzu" pary posuwają się naprzód robiąc jeden krok dosuwany. Dziewczęta prawą nogą, chłopcy — lewą. Na zgłoskę „gla" dziewczęta stawiają prawą nogę chłopcy lewą. Na zgłoskę „że" (w takcie 2-im) dziewczęta i chłopcy podskakują na tychże nogach, wyrzucając do góry wprzód nogi. Dziewczęta lewe, chłopcy prawe. Na końcową zgłoskę „że" (żeglaj-że) podskokiem zrobią pół obrotu, zwracając się do siebie. Cały ten czas noga pozostaje w górze u dziewcząt lewa, u chłopców prawa.

W czasie obrotu opuszczają ręce. Na początku 3-go taktu ze słowami „całą nockę" — pary chwytają się znów za ręce i posuwają się naprzód jednym krokiem dosuwanym, a ponieważ się kierunek zmienił, więc i dziewczęta zaczną inną nogą, mianowicie lewą, a chłopcy — prawą. Na zgłoskę „noc"... stawiają nogi (dziewczęta lewe, chłopcy prawe). Na słowo „po" (w 4-ym takcie)



Rys. 4.

podskakują, wyrzucając nogi wprzód. Poczem na zgłoskę „rze"... skaczą do siebie twarzą i robiąc pół obrotu powracają do pierwotnego kierunku (rys. 4). Ze słowami „hej, hej" chwytają się wpół i obracając się wkółko do końca melodji przez 4 takty robią 8 podskoków. Podskoki te są charakterystyczne, a mianowicie, zwykłe podskoki robimy podnosząc nogi zgięte w kolanie ku przodowi, a w tym wypadku zginając nogę w kolanie, wyrzucamy je ku tyłowi (rys. 5).



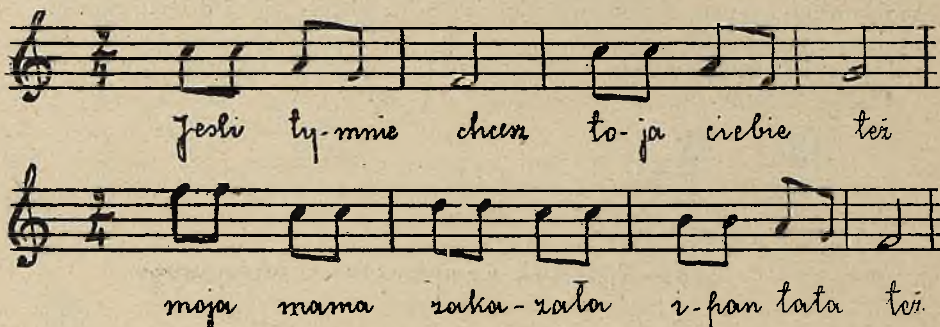
Rys. 5.

JEŚLI TY MNIE CHCESZ.

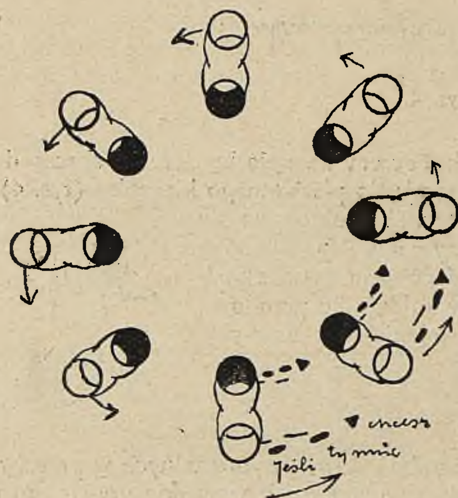
Taniec śląski „Jeśli ty mnie chcesz", pomimo słów sentymentalnych w przeciwstawieniu np. do wielu kujawiaków, jest podobnie jak wszystkie prawie tańce zachodniej części Polski, tańcem wesołym, figlarnym.

Dziewczęta i chłopcy stają naprzeciwko siebie w dwóch kołach koncentrycznych. Dziewczęta w kole zewnętrznem, chłopcy w wewnętrznem. Stoją twarzami do siebie z rękami założonemi do tyłu. Ze słowem „jeśli" wysuwają prawe nogi naprzód, stawiając je na pięcie (palce do góry). Ze słowem „chcesz" dosuwają nogi spowrotem, pochylając się mocno wprzód, jakby w ukłonie. Ze słowem „to" wysuwają lewe nogi wprzód i również stawiają je na pięcie. Ze słowem „też" dosuwają wysunięte nogi z powrotem i pochylają się wprzód. Ze słowem „moja" stawiają prawe nogi, na zgłoskę ‚ma" podskakują na prawych nogach, unosząc lewe zgięte w kolanie do góry. Na zgłoskę „za..." stawiają lewe nogi, na następną zgłoskę „zała" podskakują na le-

wych nogach, unosząc prawe do góry. Ręce przy tych podskokach nie są już splecione z tyłu, ale dowolnie swobodnie puszczone.

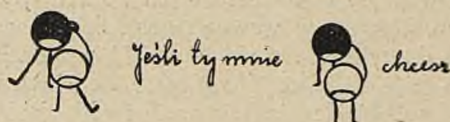


Z powtórzeniem melodji chwytają się za ręce (twarzami są ciągle zwróceni do siebie) i posuwają się dwoma dosunięciami za pomocą bocznego kroku w prawą stronę po linji koła. Ze słowem „chcesz" zatrzymują się i tupią raz, jedną nogą. Dziewczęta prawą, chłopcy — lewą. Ze słowami „to ja ciebie też" posuwają się tak samo dwoma dosunięciami w przeciwną stronę, a więc w lewą i zatrzymują się tupiąc na słowo „też" (rys. 6).



Rys. 6.

Ze słowami „moja mama zakazała i pan tata też" chłopcy zatrzymują się w miejscu, a dziewczęta biegną same w prawą stronę 6-cioma dosunięciami, bocznym krokiem dosuwanym. W tym czasie opuszczają swojego chłopca, przebiegają koło następnego i przy trzecim zatrzymują się skokiem odwracając się do niego tyłem na ostatnie słowo „też".



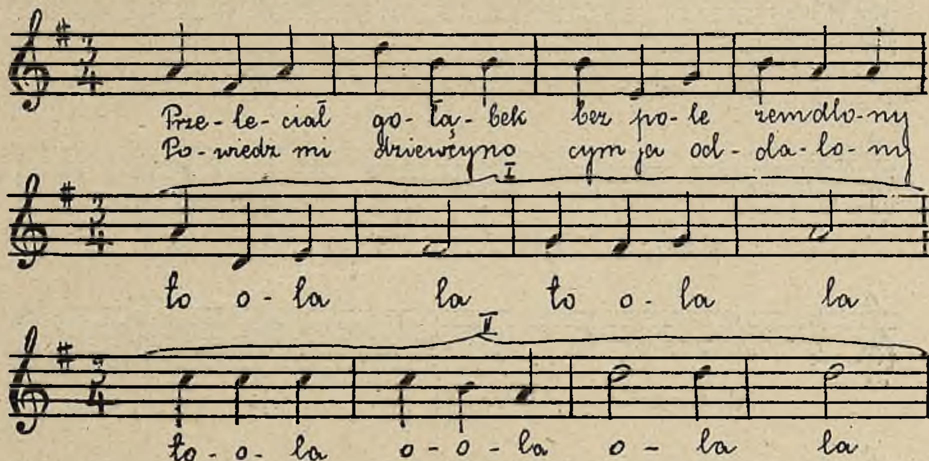
Rys. 7.

Melodja się jeszcze raz powtarza. Chłopcy chwytają (stojące do nich tyłem) dziewczęta prawą ręką wpół i wysuwając wprzód lewe nogi stawiają je na pięcie ze słowem „jeśli". Dziewczęta zaś stawiają na pięcie prawe nogi z jednoczesnem odwróceniem głowy w lewą stronę. Ze słowem „chcesz" dosuwają nogi spowrotem. Na słowo „to" dziewczęta wysuwają lewe nogi a chłopcy prawe. Na słowo „też" spowrotem dosuwają nogi (rys. 7).

Ze słowami „moja mama zakazała i pan tata też”. Chłopcy chwytają dziewczęta wpół obiema rękoma (dziewczęta trzymają ręce na biodrach) i obracają się w kółko 6-ioma podskokami. Na słowo „też” każdy — chłopiec puszcza dziewczynkę, która wówczas robi zwrot do niego i razem zatrzymują się twarzami do siebie.

Taniec opisany trwał przy trzykrotnem powtórzeniu melodji; można go powtarzać dowolną ilość razy.

WALCZYK ZIELONY.

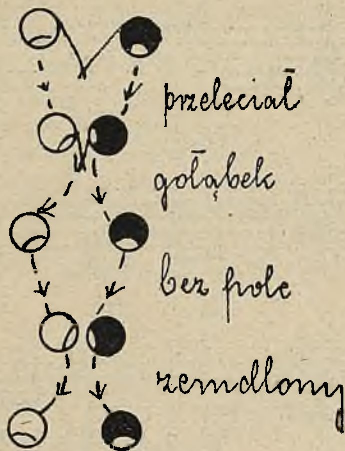


Taniec kurpiowski, tańczony w dowolnej ilości par. Chłopcy i dziewczęta, trzymając się parami za ręce, idą po linji koła.

Ze słowem „przeleciał” zwracają się do siebie twarzami, trzema drobnemi krokami (na każdą zgłoskę jeden krok). Ze słowem „gołąbek” odwracają się od siebie również trzema drobnemi krokami. Następnie zwrot do siebie ze słowem: „bez pole”; na słowo „zemdlony” odwracają się od siebie i t. d., aż do końca melodji. Należy zaznaczyć, że zwroty te od siebie i do siebie są robione na lekko zgiętych kolanach, a ręce, któremi się trzymają, nie podnoszą się do góry ale są stale opuszczone.

Za powtórzeniem melodji dziewczęta kładą ręce na ramionach chłopców, chłopcy trzymają je wpół i tańczą powolnego walczyka, przy czem dziewczęta lekko odrzucają nogi do tyłu. Po walczyku znowu powtarzają pierwszą część: od siebie — do siebie (rys. 8).

Walczyk zielony w charakterze I części przypomina pewną formę kujawiaka, ale kujawiak jest bardziej posuwisty, a walczyk drobiony.



Rys. 8.

TROJAK (OGRODNIK).

Za-siali gó-ra-le o - wies o - wies

od konca do-konca taak jest taak jest

zasiali górale ży - tko ży - tko

od konca do konca wszystko wszystko

A na polu trzy mendele w domu dwa w domu dwa
Po-co żeś się wy-da-wala Kiejś mała Kiejś mała

nie po-do-ba mi się żadna ino ta ino ta
będzie z ciebie gospo-dyni niedbała niedbała

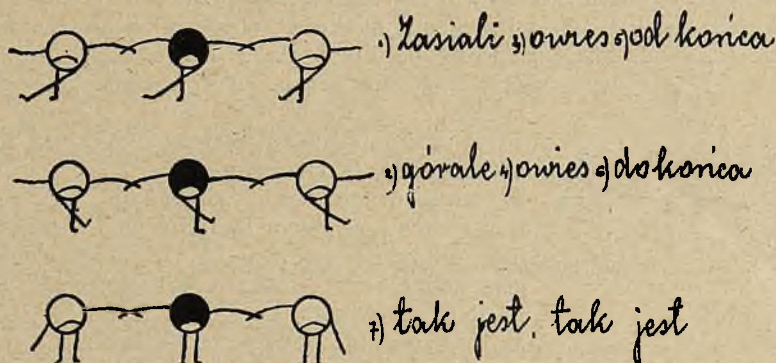
A na polu trzy mendele_ w domu dwa w domu dwa
Poco żeś się wy - dawala Kiejś mała Kiejś mała

nie po-doba mi się żadna ino ta ino ta
będzie z ciebie gospo- dyni niedbała niedba-ła

TROJAK (OGRODNIK).

Trojak jest tańcem bardzo popularnym i do dnia dzisiejszego tańczonym na Śląsku. Składa się z dwóch części: powolnej i szybkiej.

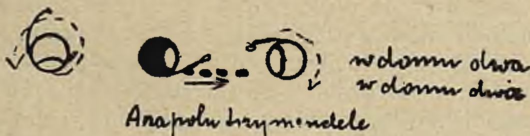
Dzieci trzymają się za ręce trójkami w taki sposób, że chłopiec stoi w środku, a dwie dziewczynki po bokach. Trójka za trójką idą po linji koła. Ze słowami „zasiali" wszyscy stawiają prawe nogi, unosząc lewe do góry i kierując je w prawą stronę. Na słowo „górale" krok lewą nogą, a prawą nogę unoszą, kierując ją w prawą stronę. Tak powtarzają 6 razy. Dziewczynki wolne zewnętrzne ręce trzymają swobodnie podniesione do poziomu (rys. 9). Ze słowami „tak jest"



Rys. 9.

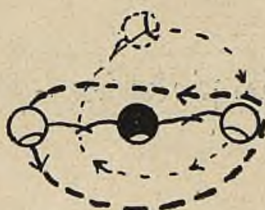
łączą nogi razem i szerokim ruchem pochylają się naprzód, jakby w ukłonie. Na drugie słowo „tak" (które się w śpiewie zwalnia) podnoszą się i pochylają się znowu w ukłonie na słowo: „jest".

Na słowo „a" chłopiec klaszcze w ręce ruchem nożycowym (t. zn. podnosi prawą rękę i z klaśnięciem ją opuszcza a podnosi lewą) i czterema krokami podbiega do dziewczynki z lewej strony, chwyta ją pod prawe ramię prawą ręką i ze słowami „w domu dwa, w domu dwa" okręca się z nią w kółko. Dziewczynka stojąca po prawej stronie chłopca robi w tym czasie dwa obroty w miejscu i bez zatrzymywania się wyciąga w obrocie lewą rękę, aby ułatwić podbiegającemu chłopcu ujęcie jej pod ramię. (Prawa ręka jest uniesiona do góry lekko nad głową). Ze słowem „nie" chłopiec klaszcze w stronę dziewczynki stojącej po prawej stronie. Czterema krokami podbiega do niej, chwyta już przygotowane lewe ramię i ze słowami „ino ta, ino ta" okręca się z nią w kółko. Ze słowem „a" chłopiec znów klaszcząc zwraca się do dziewczynki stojącej po lewej stronie, podbiega, i powtarza figurę tańca wyżej opisaną. Z czterokrotnem przebiegnięciem od dziewczynki do dziewczynki kończy się żywa pierwsza część trojaka (rys. 10). Następnie zaczynamy powolną część tańca, którą się tańczy bez żadnych zmian w sposób wyżej opisany, tylko powoli.



Rys. 10.

Drugie powtórzenie części szybkiej będzie odmienne. Ze słowami „poco żeś się" chłopiec ciągle trzymając dziewczęta, unosi ręce do góry, a dziewczęta przebiegają pod rękami w taki sposób, aby na ostatnie słowa pierwszej zwrotki „niedbała" zatoczyć całe koło dookoła chłopca. Dziewczynki przebiegają koła 16-ma drobnemi krokami, przyczem dziewczynka, stojąca z lewej strony, przebiega pierwsza pod ręką dziewczynki, stojącej z prawej strony. Dzieje się to przed chłopcem, a dziewczynka, stojąca z prawej strony, przebiega pod ręką za chłopcem. Chłopiec stoi przez cały czas nieruchomo, ale uważać musi pilnie na ręce biegnących dziewcząt, przewijające się nad jego głową w luźno trzymanych jego dłoniach. Po każdem zakreśleniu koła przez dziewczynki na słowa „kiejś mała, kiejś mała i niedbała, niedbała". 6-ciokrotnie przytupuje rytmicznie (na każdą sylabę jedno tupnięcie). W czasie drugiej części dziewczęta (rys. 11), przebiegają wyżej opisane koła czterokrotnie.



Rys. 11.

Teraz następuje znowu pierwsza część tańca powolna, tańczy się ją, tak jak na początku.

W czasie drugiej części ze słowami, „a na polu trzy mendele, w domu dwa, w domu dwa", trójki biorą się za ręce, tworząc kółka, i chłopcy przebiegają pod rękami dziewcząt, wykręcając całe kółko frontem nazewnątrz.

Ze słowami „nie podoba mi się żadna ino ta, ino ta" biegną w kółkach w prawą stronę. Z powtórzeniem melodji chłopiec wychodzi tyłem, pochylając się pod rękami dziewcząt, i w ten sposób wykręca kółko do wewnątrz. Na słowa „nie podoba..." dzieci w kółkach biegną w lewą stronę (rys. 12).



A na polu trzy mendele



w domu dwa w domu dwa

nie podoba mi się żadna

ino ta - ino ta

Rys. 12.

Powracamy do części, którą się tańczy zawsze jednakowo. W drugiej części melodji chłopcy przebiegają 4-eroma krokami do następnej trójki. Ze słowami „ino ta, ino ta" chwytają dziewczęta w pół i przytrzymują zwracając się to do jednej, to do drugiej. Potem znów biegną do następnych. W czasie trwania melodji muszą powtórzyć. Przebieganie czterokrotnie. Kiedy chłopcy przebiegają, dziewczęta robią jeden obrót w miejscu, poczem razem z chłopcem przytupują, zwracając głowy do niego i odwracając od niego.

Powracamy znowu do pierwszej części. Tym razem jednak tańczymy ją inaczej. Dziewczynki i chłopcy w trójkach biorą się za ręce, tworząc duże koło. W miejscu robią wyżej opisane ruchy, nogami, a na zakończenie opuszczają ręce i pochylają się do przodu składając sobie ukłon, jakby z podziękowaniem za taniec.

JADWIGA MIERZEJEWSKA-FRANKIEWICZOWA

PRZYKŁADOWE OSNOWY ĆWICZEŃ CIELESNYCH W SZKOLE POWSZECHNEJ.

Klasa I.

Osnowa 4.

1. Zabawa bieżna: Lis.
2. Zabawa ze śpiewem: Ojciec Wirgiljusz.
3. Zabawa bieżna: Podróż do Krakowa.
4. Ćwiczenie kształtujące: Drzewa i grzybki — zmiana postawy stojącej z ramionami w pionie na przysiad podparty (jako utrudnienie można zastosować wspięcie).
5. Zabawa rzutna: Rzucanie woreczków z grochem (piłeczek) wgórę i łapanie oburącz — między rzutem a chwytem klaśnięcie pod kolanem.
6. Zabawa bieżna: Cztery kąty.
7. Zabawa skoczna: Skoki żab.
8. Ćwiczenie stosowane: Chód jak bocian — kroki długie nogami wyprostowanemi.
9. Zabawa ze śpiewem: Ustawmy się.

Klasa II.

Osnowa 4.

1. Zabawa ze śpiewem: Stary niedźwiedź.
2. Zabawa bieżna: Miś i ogary.
3. Ćwiczenie kształtujące: Kołowrót (ruchy naśladowcze).
4. Zabawa rzutna: Podaj dalej.
5. Ćwiczenie koordynacyjne: Marsz po kamykach (narysowanych) z machaniem rękami.
6. Ćwiczenie stosowane: Chód zwykły z zaznaczeniem czwartego tempa.
7. Zabawa orjentacyjno-porządkowa: Piłka wzwyż.
8. Zabawa skoczna: Piłka wzwyż.
9. Zabawa ze śpiewem: Cygan.

Klasa III.

Osnowa 4.

1. Zabawa ze śpiewem: Zelman.
2. Ćwiczenia kształtujące kończyn:
   a) Strzał — w postawie stojącej rozkrocznej, w czasie zamachu ramion z pionu do tyłu i zpowrotem, uderzanie o uda z głośnem liczeniem.
   b) Kto pierwszy: siad skrzyżny — postawa.
3. Zabawa orjentacyjno-porządkowa: Uważny wartownik.
4. Zabawa rzutna: Podrywka podawana.

5. Ćwiczenia kształtujące tułowia:
   a) Bielenie sufitu — w siadzie klęcznym skręty i krążenie ramionami.
   b) Siad skrzyżny, bujanie łodzi na falach.
6. Zabawa bieżna: Bieg stonóg.
7. Ćwiczenie stosowane: Kozłowanie piłki: podskoki w przysiadzie, drugi kozłuje, uderzając lekko w ramiona.
8. Marsz ze śpiewem: „O mój rozmarynie".

Klasa IV.

O s n o w a 4.

1. Zabawa ze śpiewem: Kubuś.
2. Ćwiczenia kształtujące kończyn:
   a) W siadzie klęcznym naśladowanie ruchu śmigła samolotu ramieniem lewem (prawem).
   b) Piłka mocno rzucona odbija się od ziemi — skok jak najwyższy, następne coraz niższe, szybsze i drobniejsze aż do stania.
3. Zabawa orjentacyjno-porządkowa: Czaty, odmiana pierwsza.
4. Gra rzutna: Stójka.
5. Ćwiczenia kształtujące tułowia:
   a) Młocka — w leżeniu tyłem młócenie nogami.
   b) W leżeniu przodem pływackie ruchy ramion — głowa wzniesiona do góry, ramiona w powietrzu.
6. Gra bieżna: Wyścig szeregów.
7. Ćwiczenie stosowane: Karły i olbrzymy — z przysiadu podpartego skok wzwyż z wymachem ramion wpion, powrót do postawy przysiadnej bez podparcia (doskok).
8. Marsz ze śpiewem: Brygada.

Klasa V.

O s n o w a 4.

1. Ćwiczenia porządkowe: Zbiórka w dwuszeregu, odliczanie kolejne i do dwóch.
2. Marsz ze śpiewem: „Bartoszu!".
3. Ćwiczenia kształtujące:
   a) Kończyn dolnych: Kruk — w przysiadzie trzy kroki — trzy podskoki — może być z ruchem głowy.
   b) Kończyn górnych: Wahadło — w klęczce rytmiczne ruchy ramion.
   c) Tułowia w płaszczyźnie strzałkowej: W przysiadzie podpartym pochód rękami do podporu leżąc przodem (bez wytrzymania).
   d) Tułowia w płaszczyźnie czołowej: W postawie rozkrocznej, jedna ręka na głowie — skłony boczne.
   e) Szyi: W siadzie klęcznym kolejne wznoszenie ramion wbok i skręty głowy wbok w kierunku wznoszonej ręki.
4. Ćwiczenie koordynacyjne: W postawie jednonóż półobrotu podskokiem.
5. Ćwiczenie stosowane: Jeniec.
6. Ćwiczenie tułowia w płaszczyźnie poprzecznej: W siadzie klęcznym skręty tułowia z luźnym wymachem ramion.
7. Zabawa bieżna: Berek zwykły.

8. Zabawa rzutna: Rzuty piłeczek w dwójkach do siebie z jednem klaśnięciem.
9. Gra bieżna: Przewróć, postaw.
10. Gra rzutna: Wyścig piłek.
11. Zabawa skoczna: Szczur.
12. Marsz ze śpiewem: „Zakwitały pęki białych róż".

Klasa VI i VII — chłopcy.

Osnowa 4.

I. Ćwiczenia wstępne:
1. Ćwiczenia porządkowe: Tworzenie szachowej kolumny ćwiczebnej z miejsca i z marszu.
2. Marsz ze śpiewem „Wesoła marynarska wiara".
3. Ćwiczenia kształtujące kończyn: W rozkroku kolejne uginanie kolan z przenoszeniem ciężaru ciała na nogę ugiętą i wznos ramion do poziomu.
4. Ćwiczenie kształtujące tułowia: W leżeniu tyłem, nogi skurczone. Wyprost nóg na ziemi.
5. Ćwiczenie kształtujące kończyn dolnych jako przygotowanie do skoków· Podskokiem zmiana postaw skrzyżnych.

II. Ćwiczenia główne:
1. Ćwiczenie kształtujące tułowia: W leżeniu przodem z ustaleniem nóg z chwytem bioder uniesienia tułowia.
2. Ćwiczenie koordynacyjne: W postawie jednonóż — walka o równowagę.
3. Ćwiczenie stosowane: Krótkotrwały zwis na drabinkach lub przeplot skośny na kracie.
4. Ćwiczenie koordynacyjne: Przejście po ławce tyłem we wspięciu.
5. Ćwiczenia kształtujące:
   a) Tułowia: Siad płaski rozkroczny, skłon z chwytem palców nóg. W klęczce z chwytem bioder lekki opad tułowia wtył, powrót do postawy.
   b) Szyi: W leżeniu tyłem unoszenie głowy i kolan.
6. Gra bieżna: Wyzywanka.
7. Ćwiczenie kształtujące tułowia:
   a) W przysiadzie bokiem przy ławce wyprost nogi wbok, ręka wsparta na ławce.
   b) W siadzie skrzyżnym rzędami podawanie rąk za sobą.
8. Zabawa rzutna: Oblężenie twierdzy.
9. Skoki: Z rozbiegu trzema krokami i odbicia dwunóż skok z rozkrokiem w locie.

III. Ćwiczenia końcowe:
1. Kończyn dolnych: Chód cichy z nuceniem „Brygady".
2. Pożegnanie.

Klasa VI i VII — dziewczęta.

Osnowa 4.

I. Ćwiczenia wstępne:
1. Ćwiczenia porządkowe: Tworzenie szachowej kolumny ćwiczebnej, zwroty w miejscu.
2. Walczyk.

3. Ćwiczenia kształtujące kończyn: Przenoszenie ramion bokiem w pion z wykrokiem skośnym.
4. Ćwiczenie kształtujące tułowia:
   a) W siadzie klasycznym ukłon japoński.
   b) Z przysiadu podpartego skok do podporu leżąc przodem i powrót do przysiadu.
5. Walczyk.

II. Ćwiczenia główne:

1. Ćwiczenia kształtujące tułowia: W rozkroku skłony boczne z ramionami uniesionemi do boku.
2. Ćwiczenie koordynacyjne: Marsz równoważny w rytmie piosenki „Zakwitały pęki białych róż" z nuceniem.
3. Ćwiczenie stosowane: Postawa zwieszona przodem z uchwytem za szczebel na wysokości bioder.
4. Ćwiczenie koordynacyjne: Przejście parami po listwie ławeczki szwedzkiej tyłem krokiem dostawnym trzymając się za ręce.
5. Ćwiczenia kształtujące:
   a) Tułowia: W siadzie skrzyżnym skręt tułowia z zamachem ramion uniesionych do boku. W siadzie klęcznym krążenie tułowia z ramionami na biodrach.
   b) Szyi: Z chwytem karku skłony głowy wtył.
6. Zabawa bieżna: Berek zwykły.
7. Ćwiczenia kształtujące tułowia:
   a) W przysiadzie podpartym rzuty nóg do boku ze skrętem głowy.
   b) W postawie rozkrocznej dotykanie rękami kolan, kostek i palców stóp.
8. Zabawa rzutna: Skomplikowane rzuty piłeczek w dwójkach.
9. Pląs: Tantali.
10. Skoki: Dwójkami przeskok przez ławeczkę szwedzką z doskokiem prawidłowym.

III. Ćwiczenia końcowe:

1. Kończyn dolnych: Krakowiak.
2. Pożegnanie.

KAZIMIERZ KONIUSZEWSKI

OPOWIADANO MI...

7. W czasie ognistej dyskusji nad nowemi programami padło pewnego razu bardzo ważne i doskonale umotywowane zdanie. Gdy zaatakowano zbytnią obszerność materjału ćwiczebnego i niemożliwość zrealizowania go w oznaczonym czasie, jeden z kolegów powiedział, że według niego programy są stworzone nie na rok ale jakgdyby na wyrost i całkowicie będą te programy mogły być zrealizowane dopiero po pewnym czasie. Największym błędem jest właśnie dążenie do natychmiastowego realizowania całego programu. Stanowisko całkowicie słuszne. Przecież program wymaga dokładnego przygotowania materjału, opracowania programu ćwiczeń przez nauczyciela, a wreszcie rozłożenia zaopatrzenia w sprzęt na kilka lat z rzędu. Dopiero w takim uszeregowaniu prac możemy myśleć o całkowitem zrealizowaniu programu.

8. Ciekawe stanowisko zajęli w pewnej szkole rodzice dzieci odnośnie sanek. Mianowicie orzekli, że dzieci nikt w domu zimą nie utrzyma, a zwłaszcza teraz, gdy szkoła w programie ma ślizgawkę i sanki. Aby więc dzieci nie darły obuwia, postanowili wszyscy zrobić dzieciom sanki. Szkoła zyskała kilkadziesiąt par sanek, a dzieci większą swobodę w czasie zimy.

SKRZYNKA ZAPYTAŃ.

5. Kolega J. G. zapytuje, kiedy można się spodziewać wejścia w życie nowych programów w szkołach I i II st. organizacyjnego. Pisze Kolega, że już uprzykrzyło się szukać tych programów w różnych broszurkach i instrukcjach, z których jedna powołuje się na drugą.

Nowe programy zostały opracowane jeszcze przed wakacjami i w czasie wakacyj rozesłane w dużej ilości wraz z ankietą do różnych osób. Ankieta ta obecnie została zebrana i opracowana przez Ministerstwo, a na tej podstawie czynione są obecnie w programach ostatnie zmiany i poprawki. Sądzimy, że w połowie grudnia zostaną nowe programy w ostatecznej redakcji oddane do druku i od półrocza mogłyby zacząć obowiązywać.

6. Kolega J. B. zapytuje, czy półzwis może zastąpić podpory i odwrotnie, czy podpory zastępują zwis. Powołuje się Kolega przytem na gimnastykę radjową, w której prowadzący kpt. Dobrowolski zapowiada· „przerobimy zwisy", a następnie dyktuje ćwiczenia, które w rozumieniu Kolegi są podporami.

Otóż zwis i podpór działają na te same grupy mięśniowe okalające staw barkowy, jednak przy zwisie mięśnie pracują w maksymalnem wydłużeniu, w podporze zaś w skurczu. Wiemy zaś, że praca w wydłużeniu mięśni ma inny charakter, aniżeli praca w skurczu. Wiemy także, że oprócz oddziaływania na mięśnie barku zwis znakomicie wpływa na wyprostowanie i wydłużenie kręgosłupa, czego zupełnie, albo prawie zupełnie nie daje podpór. Stąd wniosek, że zwisy i podpory znakomicie się uzupełniają, ale nie mogą być uważane za ćwiczenia zastępujące się wzajemnie. Wspomnienie o gimnastyce radjowej polega chyba na nieporozumieniu.

PRZEGLĄD WYDAWNICTW

Fularski M. Zagadnienie ruchu turystycznego. Warszawa 1935. Gł. Ks. Wojsk. Str. 128. 8⁰.

Pierwsza tego rodzaju książka w literaturze polskiej, która wszechstronnie i ściśle, na podstawie cyfr i konkretnych faktów omawia zagadnienie ruchu turystycznego. Autor, dyrektor „Orbisu", rozporządzając obfitym materjałem i dużem doświadczeniem osobistem, charakteryzuje wszystkie czynniki, które wpływają na wzmożenie się ruchu turystycznego, oraz te dziedziny życia gospodarczego i kulturalnego, na które skolei ruch ten oddziaływa. Sfery zainteresowane sportem zaciekawi specjalnie rozdział omawiający funkcję ośrodków i rejonów sportowych w ruchu turystycznym.

Szata graficzna książki stoi na bardzo wysokim poziomie.

Śliwiński W. J. Anatomiczny opis ruchów ciała ludzkiego. Str. 32.

Brak w polskiej literaturze fachowej podręcznika szczegółowej mechaniki ruchów ciała ludzkiego utrudnia nauczycielowi ćwiczeń cielesnych skontrolowanie, z tego punktu widzenia, układanych przez siebie osnów. Autor zadał sobie trud wyłowienia i uzgodnienia zasadniczych faktów z zakresu szczegółowej mechaniki ruchu z całego szeregu obszernych dzieł i zestawił to w sposób przejrzysty (przeważnie tabelaryczny), pozwalający na podręczne korzystanie z podanego materjału. Praca niniejsza może służyć zarazem jako repetitorjum z mechaniki ruchów ciala ludzkiego.

Lepecki M. B. W blaskach wojny. Z przedmową gen. E. Rydza-Śmigłego. Wyd. II. Warszawa 1935. Ks.-Atl. Str. 216. 8º.

Piękna książka. To zdanie musi wypowiedzieć każdy już po przeczytaniu kilkudziesięciu stron. Piękna przez swą prostotę, szczerość i bezpośredniość opowiadania. A zarazem niezwykle ciekawa. Kogóż bowiem nie zainteresują bohaterskie zmagania się naszej armji, zwycięstwa i niemniej bohaterskie klęski w pamiętnych latach 1918 — 1920. Spotykamy w tych opowiadaniach dziesiątki postaci dobrze znanych ogółowi i setki tych, którzy ciałem swoim dali szczebel innym do sławy.
Jako lektura dla dorastającej młodzieży zasługuje książka M. B. Lepeckiego na jaknajgorętsze zalecenie. W przedmowie gen. E. Rydz-Śmigły tak charakteryzuje rolę pamiętników wojennych dla młodzieży: „Sądzę, że mylny jest pogląd tu i ówdzie spotykany, iż dzisiejsza młodzież, przesiąknięta pozytywizmem, myśląca tylko o przyszłości, nie ma zainteresowania dla bohaterstwa przeszłości, dość ma wszelkich opowiadań o bitwach, o jakiemś tam bohaterstwie poprzedników czy też zdobywaniu niepodległości. Jeśli to młodzież nudzi, to jest to wina nie młodzieży, a tych, co nieudolnie opowiadają. Niebezpieczną i groźną rzeczą jest rezygnować w wychowaniu młodzieży z elementu bohaterstwa przeszłości. W rozwoju i trwaniu narodu jedno pokolenie od drugiego przejmuje i musi przejmować gorycz i wstyd niepowodzeń i klęsk, zarówno jak świadomość i dumę osiągnięć i zwycięstw".

Jasiński J. mgr. Gry i ćwiczenia terenowe, dla szkół powszechnych i średnich oraz organizacyj młodzieży. Poznań 1935. Ks. Św. Wojciecha. Str. 192. Rys. 25. 8º.

W części teoretycznej autor analizuje na wstępie sam termin i opowiada się, jako za najwłaściwszym dla tego materjału: gry i ćwiczenia terenowe. Następnie rozpatruje gry i ćwiczenia terenowe jako formę ruchu i zdrowia, jako środek rozwoju osobowości i kształtowania charakteru, zaspokojenie instynktów i źródło radości, czynnik kształtowania intelektu, jako przysposobienie utylitarno-techniczne, a wreszcie daje szereg podziałów z różnych punktów widzenia oraz podział według istotnych cech charakterystycznych. Szereg następnych rozdziałów poświęcono organizacji i dostosowaniu do wieku ćwiczących gier i ćwiczeń terenowych oraz uzupełniono część teoretyczną tabelarycznym rozkładem materjału według okresów rozwojowych i klas. Część szczegółowa zawiera 168 gier i ćwiczeń terenowych szczegółowo objaśnionych i uporządkowanych

w 16-tu grupach. Wartość niniejszego podręcznika polega na bogatym materjale, przejrzyście i treściwie objaśnionym, na wszechstronnem, acz nie wyczerpującem, omówieniu teoretycznem i metodycznem, a zarazem na takim sposobie ujęcia zagadnień, iż pozwalają korzystającym z podręcznika tworzyć z podanych elementów całości odpowiadające napotykanym warunkom. Studjując niniejszy podręcznik wyczuwa się doskonale, iż zawarty w nim materjał autor poddał dokładnej próbie w terenie i pomieścił tylko to, co z próby wyszło z wynikiem dodatnim. Jest to pierwszy w literaturze polskiej podręcznik gier i ćwiczeń terenowych, pisany z myślą o polskiej szkole, jej potrzebach i możliwościach. Aczkolwiek ostateczna ocena powinna się oprzeć na „próbie w terenie", już teraz na podstawie lektury można stwierdzić, że książka niniejsza jest niezbędną w bibljoteczce wychowawcy fizycznego.

T. ZYGLER

K R O N I K A

PŁK. DYPL. WŁADYSŁAW KILIŃSKI



Po siedmiu latach urzędowania na stanowisku Dyrektora Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, płk. dypl. Władysław Kiliński odszedł do dyspozycji swoich władz przełożonych.

Największą zasługą płk. Kilińskiego było to, iż starał się wszelkiemi siłami, w miarę rozporządzalnych środków, rozwijać wychowanie fizyczne wszerz na cały Naród, tak, jak tego pragnął Marszałek Józef Piłsudski. Pułk. Kiliński osiągnął w tym kierunku duże rezultaty, bowiem przyczynił się wydatnie do powiększenia w kraju stanu ilościowego urządzeń sportowych, obejmujących boiska, pływalnie, sale gimnastyczne, strzelnice, schroniska turystyczne, ogródki Jordanowskie, poradnie sportowo-lekarskie i t. d. Rezultaty inicjatywy i pracy Pana Pułkownika widać w wielu małych nawet miasteczkach: i tam bowiem teraz zjawiają się instruktorzy sportowi, docierają słowa propagandy wychowania fizycznego, powstają boiska, sale gimnastyczne, a nawet baseny pływackie.

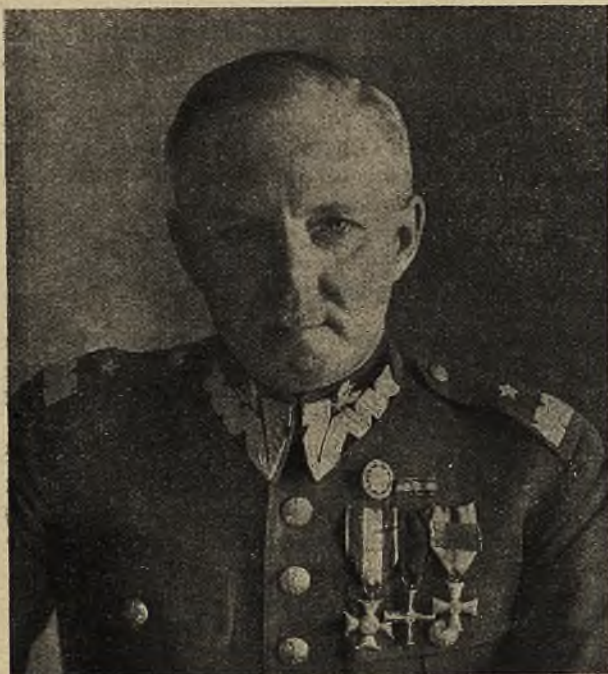
Płk. Kiliński rozszerzył akcję obozową młodzieży, zorganizował i popierał cały szereg kursów instruktorskich w wielu dziedzinach sportu, a przedewszystkiem w narciarstwie i kajakarstwie, które dzięki poparciu PUWF tak wspaniale ostatniemi czasy rozwinęły się w Polsce. Propaganda wyrobu nart, kajaków i łyżew domowym sposobem miała swego inspiratora głównie w osobie płk. Kilińskiego. Pułk. Kiliński w trosce o podniesienie stanu zdrowotnego robotników fabrycznych, gorąco poparł akcję wprowadzenia do fabryk 10-minutowych ćwiczeń cielesnych o charakterze higjenicznym. Wkrótce ma się ukazać ustawa, normująca pracę wykwalifikowanych instruktorów sportowych i zabraniająca dyletantom, w obawie o zdrowie ćwiczących, imać się roboty instruktorskiej. Jest to również zasługa płk. Kilińskiego, który przygotował projekt tej ustawy zanim opuścił swój urząd.

Płk. Kiliński doceniał znaczenie propagandowe sportu reprezentacyjnego dla szerokich mas i dla Państwa. Opiekował się więc rekordzistami naszymi, ponadto zreformował strukturę organizacyjną związków sportowych w ten sposób, aby jaknajlepiej mogły spełniać swoje posłannictwo w służbie dla państwa. Płk. Kiliński opiekował się sztuką i popierał twórczość naszych mistrzów, opartą o motywy sportowe. Szczególnie zależało mu na uczestnictwie Studentów Akademji Sztuk Pięknych w obozach W. F. i P. W. Zainicjował też konkurs na hymn sportowy. Doceniając znaczenie prasy, Pan Pułkownik starał się o podniesienie poziomu polskiego dziennikarstwa sportowego, fundując Nagrodę Dziennikarską PUWF oraz ustanawiając stypendjum dla dziennikarza, udającego się zagranicę, a wreszcie, w celu utrzymania kontaktu z prasą, powołał do życia referat prasowy P. U. W. F. i P. W.

Żałujemy, że szkolnictwo wogóle, a w szczególności szkolnictwo państwowe najmniej doznało pomocy ze strony PUWF i PW w urządzaniu sal, boisk i strzelnic. Rozumiemy, że w dobie dobrej konjunktury trudno było uchwycić zasadniczą linję możliwości inwestycyjnych. A wiemy jednak, że dobry poziom wychowania fizycznego w szkolnictwie powszechnem gwarantuje rozwój tych idej w całem społeczeństwie, gwarantuje fizyczną i duchową tężyznę całego narodu.

Reasumując, musimy stwierdzić, że płk. Kiliński dobrze się zasłużył Wychowaniu Fizycznemu i Przysposobieniu Wojskowemu w Polsce. Wdzięczni mu za to jesteśmy. Żegnamy go z żalem i życzymy mu owocnej pracy w dalszej jego działalności na innej placówce państwowej.

GEN. BRYG. JÓZEF OLSZYNA-WILCZYŃSKI



Urodził się dnia 27 listopada 1890 r. w Krakowie, gdzie ukończył szkołę średnią, a następnie uczęszczał na politechnikę lwowską.

Od roku 1912 pracuje w Polskich Drużynach Strzeleckich, a w dniu 7.VIII. 1914 r. wyrusza z 1-szym pułkiem piechoty Legjonów na front, jako dowódca kompanji.

Przeniesiony po kilku miesiącach do 5 pp. Leg., przechodzi z tym pułkiem wszystkie krwawe boje, dowodząc baonem.

W okresie kryzysu przysięgowego — aresztowany przez Niemców, a następnie wcielony do armji austrjackiej, gdzie pełni służbę na froncie włoskim, a następnie na Ukrainie do rozpadnięcia się Austrji.

W dniu 5.XI.1918 r. jest znów na froncie w grupie płk. Rybińskiego, walcząc przeciwko Ukraińcom i ciężko ranny pod Mikulińcami dostaje się do niewoli ukraińskiej.

Po powrocie z niewoli, w okresie wojny polsko-bolszewickiej dowodzi brygadą piechoty, w 1-szej, a następnie w 7-ej dyw. piechoty, a przez pewien okres czasu 6 dywizją piechoty.

W czasie pokojowym gen. bryg. Olszyna-Wilczyński zajmuje różne stanowiska: Szefa Inżynierji w Krakowie, Szefa Wydz. I-go Dep. Inż. i Sap., Dowódcy Brygady K. O. P., a ostatnio przez 8 lat dowodzi dyw. piech., pracując równocześnie nad organizacją i usprawnieniem P. W. Dnia 1 listopada 1935 r.

został mianowany Dyrektorem Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego.
Gen. Bryg. Olszyna-Wilczyński odznaczony jest Orderem „Virtuti Militari", „Krzyżem Niepodległości", Orderem „Odrodzenia Polski", „Krzyżem Walecznych" 4-krotnie, „Złotym Krzyżem Zasługi", oraz szeregiem orderów zagranicznych.
Obejmując obecnie tak doskonale zorganizowaną placówkę, jaką jest P. U. W. F. i P. W., wierzymy, że Pan Generał, znany ze swego mocnego charakteru i wielkiego zmysłu organizacyjnego, poprowadzi to polskie „Ministerstwo W. F. i P. W." po najlepszej drodze.
Życzymy Panu Generałowi pomyślnej i owocnej pracy.

WYCIECZKA DO DANJI I SZWECJI.

Z inicjatywy i na skutek osobistego wysiłku p. wizytatorki Heleny Olszewskiej w czasie od 4 do 20 listopada odbyła się wycieczka nauczycieli i instruktorów ćwiczeń cielesnych w ilości 37 osób (pań 22 — panów 15) do Danji i Szwecji.
Zwiedzono instytuty ćwiczeń cielesnych w Kopenhadze, Lund i Sztokholmie, hospitowano wiele lekcyj w szeregu szkół, badano urządzenia sportowe i szkolnictwo tamtejsze oraz organizację wychowania fizycznego tych krajów. Uczestniczono w trzydniowym kursie wych. fiz., zorganizowanym dla nauczycieli-szwedów w Karlstadzie.
Wycieczka pozwoliła uczestnikom poczynić szereg głębszych spostrzeżeń w dziale wychowania fizycznego narodów skandynawskich.
Omówimy je szerzej w następnych numerach.

REDAKTORZY: FELIKS FRANKIEWICZ, TADEUSZ ZYGLER
REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: LUDWIK PAWŁOWSKI

WYDAWCA W IMIENIU ZWIĄZKU NAUCZYCIELSTWA POLSKIEGO: STANISŁAW MACHOWSKI